**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Panjat tebing saat ini sudah menjadi salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh generasi muda di Indonesia. Hal itu bisa di lihat dari banyaknya kelompok pecinta alam yang ada, baik tingkat Sekolah, Perguruan Tinggi, atau oleh Kelompok Pecinta Alam yang berdiri diluar lingkungan pendidikan. Olahraga panjat tebing telah menjadi *trend* yang digemari dan dijadikan olahraga tantangan bagi generasi muda. Kegiatan panjat memanjat ini bukan kegiatan sembarangan, selain membutuhkan kemampuan otot yang terlatih, juga dituntut keberanian untuk melakukannya.

Olahraga panjat tebing oleh sebagian orang dianggap sebagai olahraga yang bisa membentuk karakter positif yang selalu berkembang, antara lain adalah pembentukan karakter kepribadian diri, memupuk jiwa *sportifitas*, sederhana dan penuh semangat juang, serta merupakan penyaluran bakat dan prestasi bagi pelakunya. Unsur pembinaan karakter kepribadian diri bagi seorang pelaku panjat tebing timbul dari pengalaman seorang pemanjat yaitu karena seringkali menghadapi situasi yang kritis dan harus segera mengantisipasi situasi tebing dan alam dengan efektif ketika melakukan pemanjatan. Situasi demikian mempengaruhi karakter seseorang dalam bertindak dan mengambil keputusan. Efisiensi waktu dan tenaga menjadi salah satu faktor yang menentukan dalam sebuah pemanjatan.Karakter positif ini yang diharapkan bisa ditanamkan dalam kegiatan sehari-hari dari seorang pemanjat.

Dulu olahraga panjat tebing dilakukan hanya untuk kegiatan rekreasi, mengisi waktu luang, atau hanya sekedar coba-coba. Tetapi seiring dengan berkembangnya jaman, olahraga panjat tebing telah menjadi salah satu olahraga prestasi. Pemerintah sendiri selalu mendorong dan memberikan motivasi serta menciptakan iklim yang kondusif agar olahraga panjat tebing berkembang dengan pesat, antara lain dengan diselenggarakannya kompetisi panjat tebing dengan dinding buatan yang memungkinkan masyarakat luas di perkotaan dapat mengikuti atraksi penampilan para pemanjat.

Panjat tebing dinilai sebagai olahraga prestasi karena olahraga yang dilombakan berdasarkan pada kategori tercepat, tertinggi, dan terkuat menurut kaidah *Olympic Sport (IOC)*, kemudian KONI pusat pada tahun 1994 menerima FPTI (Federasi Panjat Tebing Indonesia ) sebagai induk organisasi yang mewadahi olahraga panjat tebing di Indonesia. Olahraga panjat tebing masuk dalam salah satu cabang olahraga yang di perlombakan di Pekan Olahraga Nasional (PON) pada tahun 1996. Di tingkat Internasional panjat tebing juga sudah banyak diperlombakan, baik pada *single event* ataupun *multi event*. Seperti *SEA GAMES*, ISG *(Islamic Solidarity Game)*, *Extreme Game* dan juga kejuaraan-kejuaraan Dunia baik seri IFSC ( *Internasional Federation Sport Climbing*/ Federasi Panjat Tebing Dunia) atau kejuaraan dunia terbuka.

Sejak olahraga panjat tebing ini menjadi salah satu olahraga yang diperlombakan baik tingkat nasional maupun internasional, pemanjat melakukan latihan secara rutin dengan tujuan yang jelas yaitu prestasi. Terbukti dengan banyaknya atlet Indonesia yang mampu bersaing dan masuk peringkat 5 besar dunia, bahkan menjadi juara dunia terutama pada kategori *speed*.

Keterampilan fisik sangat berpengaruh dalam memanjat tebing dimana atlet harus menyelesaikan jalur pemanjatan setinggi 15 meter dengan waktu secepat-cepatnya sesuai dengan pengamatan pertama pada saat *orientasi* medan tanpa kesalahan gerakan tangan maupun kaki pada *hold*. *Power* otot lengan dan kaki, kemudian kecepatan reaksi termasuk dalam komponen terpenting dalam keberhasilan seorang atlet melakukan pemanjatan secepat-cepatnya. Selain dituntut untuk memiliki keterampilan fisik yang bagus seorang atlet juga harus mempunyai konsentrasi dan kecerdasan yang bagus. Apabila seorang atlet tidak mempunyai konsentrasi dan kecerdasan yang bagus, maka sangat memungkinkan terjadinya berbagai kesalahan pada saat melakukan pemanjatan atau pada saat melakukan orientasi jalur pemanjatan, seperti *slip*, *fall*, salah membaca jalur pemanjatan, *false start.*

Dalam dunia pemanjatan, *fall* merupakan hal yang sering terjadi dalam perlombaan. Banyak faktor yang bisa mempengaruhi terjadinya *fall*, seperti lintasan pemanjatan yang licin, permukaan sepatu yang licin, tangan menyentuh tali, kehilangan kontrol memanjat, poin pegangan yang terputar, panik, grogi dan masih banyak lagi faktor selain yang tadi sudah disebutkan.

Selain *fall*, hal yang sering di alami atlet ketika perlombaan adalah *slip*. *Slip* ketika memanjat bisa di sebabkan oleh permukaan papan yang licin, sepatu yang sudah licin, atau pijakan yang kurang pas. Ketika atlet mengalami *fall* maka dia sudah didiskualifikasi dan tidak bisa melanjutkan pemanjatan. Tetapi apabila hanya mengalami *slip*, maka atlet tersebut masih bisa melanjutkan pemanjatan.

Dari yang penulis amati dan alami selama ini, serta catatan pelatih pada saat latihan dan perlombaan. Kebanyakan atlet yang tergabung dalam Pemusatan Latihan Daerah (PELATDA) DKI Jakarta sangat lambat dalam merespon efek terjadinya *slip*. Sebagian besar dari mereka telah memecahkan rekor catatan waktu di tingkat nasional. Tetapi dalam perlombaan, atlet pelatda DKI Jakarta masih sering mengalami kekalahan. Contohnya pada saat Kejuaraan Nasional FPTI XV di Aceh, semua kategori *speed* perorangan putra kalah karena terjadi *slip*. *Speed Classic* perorangan putera, Ardi kalah di semi final dan Aspar tidak masuk babak 16 besar, *speed Track* perorangan putera Jaenal kalah di semi final dan Ardi kalah di babak 16 besar, *speed World Record* Fajri kalah di babak semifinal dan Aspar kalah di babak 8 besar. Kalau melihat catatan waktu, Aspar sendiri adalah pemegang *record* di Indonesia yaitu dengan waktu 5.98 detik dan dia pernah menjadi juara dunia sekali pada kejuaraan dunia di China. Kesalahan yang sering atlet lakukan ketika terjadi *slip* adalah tangan berusaha mengambil poin selanjut nya padahal kaki masih menggantung. Sehingga tangan atlet tidak sampai meraih poin dan itu memperlambat gerakan bahkan bisa saja atlet tersebut kembali terpeleset. Pada ahirnya, atlet tersebut mengalami kekalahan pada perlombaan itu. Padahal, dalam sebuah perlombaan segala sesuatunya masih bisa terjadi. Bisa saja lawan kita masih di bawah kita, sama-sama mengalami *slip*, atau bahkan *fall*, dan kemungkinan menang masih sangat terbuka.

Banyak faktor yang mempengaruhi seorang atlet lambat merespon terjadinya *slip*. Diantaranya adalah kurang bagusnya *power* otot lengan, kelincahan kaki, keseimbangan, kecepatan reaksi, dan daya tahan memanjat. Selain itu faktor psikologi juga bisa berpengaruh. Atlet yang mengalami *slip* biasanya sudah berfikir kalau mereka pasti kalah, dan fikiran itulah yang membuat atlet menjadi panik, grogi, kehilangan konsentrasi sehingga makin memperlambat mereka untuk merespon secara cepat. Otak juga secara tidak langsung memberi perintah kepada otot untuk memperlambat *respon* gerak setelah terjadinya *slip*.

Penulis melihat faktor yang paling berpengaruh ketika terjadinya *slip* adalah *power* otot lengan dan juga kecepatan reaksi kaki. Berdasarkan hal di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara *power* otot lengan dan kecepatan reaksi kaki dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta.

1. **Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasikan beberapa masalah sebagai berikut:

* 1. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?
  2. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?
  3. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan reaksi kaki dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?
  4. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dan kecepatan reaksi kaki dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?
  5. Apakah faktor psikologi mempengaruhi *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?
  6. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot tungkai dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?

1. **Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari penafsiran yang berbeda dan meluasnya lingkup penelitian terhadap masalah yang akan dibahas, maka penelitian ini dibatasi oleh permasalahan, yaitu: Hubungan Antara *Power* Otot Lengan dan Kecepatan Reaksi Kaki Dengan *Slip Respons* atlet *speed* putra panjat tebing Pelatda DKI Jakarta.

1. **Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasikan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?

2. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan reaksi kaki dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?

3. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dan kecepatan reaksi kaki dengan *slip respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta?

1. **Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui Hubungan Antara *Power* Otot Lengan dan Kecepatan Reaksi Kaki Dengan *Slip Respons* atlet *speed* putra panjat tebing pelatda DKI Jakarta.
2. Sebagai referensi tentang pembuatan program latihan.
3. Untuk mengantisipasi terjadinya kekalahan akibat terjadinya *slip.*
4. Sebagai referensi pelatih terhadap perkembangan prestasi pemanjat putra pelatda DKI Jakarta kategori *Speed.*
5. Sebagai acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya
6. Sebagai referensi khususnya buat peneliti sendiri kelak jika peneliti terjun sebagai pelatih panjat tebing.